



De publicación inmediata: 25/07/2023

GOBERNADORA KATHY HOCHUL

LA GOBERNADORA HOCHUL ADVIERTE A LOS NEOYORQUINOS DE LAS PELIGROSAS CONDICIONES POR LAS ALTAS TEMPERATURAS QUE SE ESPERAN EN EL ESTADO A FINALES DE ESTA SEMANA

Se espera que la sensación térmica supere los 100 grados en las zonas de menor elevación el jueves y el viernes

Para el viernes, en la ciudad de Nueva York, Long Island y la región de Mid-Hudson, la sensación térmica podría alcanzar los 105 grados o más

Las agencias estatales se preparan para responder a los impactos del calor extremo y brindar recursos a los gobiernos locales

La gobernadora Hochul invita a los neoyorquinos a visitar los [centros de enfriamiento](#) regionales

La gobernadora Kathy Hochul advirtió hoy a los neoyorquinos sobre las peligrosas condiciones por las altas temperaturas que se pronostican para gran parte del estado a finales de esta semana. Los neoyorquinos deben prepararse con anticipación para afrontar las altas temperaturas y la humedad previstas para el jueves y el viernes, con valores de sensación térmica de más de 100 grados en las áreas de menor elevación del estado. Para el viernes, se pronostica que la sensación térmica alcance los 105 grados o más en las regiones de la ciudad de Nueva York, Long Island y Mid-Hudson. La gobernadora Hochul alentó a los neoyorquinos a tomar precauciones y planificar con anticipación mientras el calor extremo se abre camino hacia el estado.

"El calor extremo representa un riesgo significativo para la salud de los neoyorquinos, especialmente para las poblaciones vulnerables como los niños y las personas mayores", **dijo la gobernadora Hochul**. "He ordenado a las agencias estatales que tomen todas las precauciones necesarias para mantener seguros a los neoyorquinos durante este evento meteorológico, y desplegaré personal según sea necesario. Antes de que el calor golpee a Nueva York el jueves, animo a todos los neoyorquinos a tomar precauciones de sentido común: mantenerse alejados del sol, mantenerse hidratados, verificar que sus vecinos estén bien e identificar centros de enfriamiento cercanos".

La comisionada de la División de Seguridad Nacional y Servicios de Emergencia (DHSES, por sus siglas en inglés), Jackie Bray, dijo: "A finales de esta semana, Nueva York tendrá valores de sensación térmica cercanos o superiores a los 100 grados en gran parte del estado. Estas temperaturas pueden ser peligrosas para algunas personas si están al aire libre durante períodos prolongados o sin aire acondicionado. Tómese el tiempo ahora para planificar con anticipación y considere planes alternativos para este jueves y viernes si se encuentra en un área que se espera que tenga condiciones extremas".

Se recomienda a los neoyorquinos estar atentos al pronóstico meteorológico a fin de mantenerse actualizados. Para obtener una lista completa de los controles, las alertas y las advertencias del clima, así como de los pronósticos más recientes, visite el [sitio web](#) del Servicio Meteorológico Nacional.

El Departamento de Salud (DOH, por sus siglas en inglés) invita a los neoyorquinos a estar atentos a los síntomas de las enfermedades relacionadas con el calor y mantiene actualizada una lista de los [centros de enfriamiento](#), los cuales son enviados por los departamentos de salud y las oficinas de manejo de emergencias locales.

El comisionado del Departamento de Salud del estado de Nueva York, el Dr. James McDonald, expresó: "La combinación de temperaturas en los 90 grados y la alta humedad podría causar condiciones peligrosas para la salud en Nueva York, especialmente para los adultos mayores y las personas con enfermedades crónicas. Es importante que los residentes conozcan los signos y síntomas de las enfermedades relacionadas con el calor, se mantengan hidratados, utilicen espacios con aire acondicionado y eviten las actividades extenuantes al aire libre si es posible".

Los adultos mayores y las personas con enfermedades crónicas son más vulnerables a las enfermedades relacionadas con el calor. Los factores como la obesidad, la fiebre, la deshidratación, el uso de medicamentos recetados, las enfermedades cardíacas, las enfermedades mentales, la mala circulación, las quemaduras solares, el consumo de alcohol, el trabajo al aire libre y vivir en áreas urbanas donde la contaminación puede persistir en los días calurosos pueden aumentar el riesgo de enfermedades relacionadas con el calor. Los signos de las enfermedades relacionadas con el calor, como golpes de calor y agotamiento por calor, incluyen temperaturas corporales altas (103 grados o más), piel caliente, roja, seca o húmeda, pulso rápido y fuerte o pulso rápido y débil, dolor de cabeza, mareos, náuseas, vómitos, cansancio o debilidad, calambres o espasmos musculares y pérdida del conocimiento, y desmayos. Si una persona presenta estos síntomas, llame al 911, traslade a la persona a un lugar fresco, aflójele la ropa y colóquele paños húmedos fríos sobre el cuerpo o dele un baño frío. Las enfermedades relacionadas con el calor se pueden evitar y existen numerosas formas de prevenirlas.

Se invita a los neoyorquinos a mantener abiertas las ventanas y persianas que reciben sombra, y cerradas aquellas que reciben sol directo si no hay aire acondicionado en la casa; beber muchos líquidos, pero evitar el alcohol, la cafeína y las bebidas

azucaradas; tomar duchas y baños fríos; mantenerse alejados del sol; evitar actividades extenuantes al aire libre durante la parte más calurosa del día (entre las 11 a. m. y las 4 p. m.); usar protector solar y un sombrero ventilado cuando estén al sol; y nunca dejar a niños, mascotas o personas con necesidades especiales en un automóvil estacionado, ni siquiera por un período breve, ya que las temperaturas en el automóvil pueden volverse peligrosas en solo unos minutos.

Para aliviar el impacto del calor extremo, existen lugares públicos con aire acondicionado donde los residentes pueden refrescarse, entre los que se incluyen centros de enfriamiento, bibliotecas, centros comerciales y supermercados. Puede encontrar información sobre las ubicaciones de los centros de enfriamiento [aquí](#).

El director ejecutivo del Departamento de Servicios Públicos del estado de Nueva York, Rory M. Christian, señaló: "Para ayudar a reducir la demanda de electricidad, es importante que el público y las empresas reduzcan su consumo. Además, la gente debe buscar formas de mantenerse fresca e hidratada. Al tomar medidas ahora, podemos reducir el uso de electricidad durante esta ola de calor mientras nos mantenemos saludables y seguros".

El comisionado del Departamento de Conservación Ambiental del estado de Nueva York (DEC, por sus siglas en inglés), Basil Seggos, dijo: "Dado que se espera que las temperaturas alcancen niveles peligrosos a finales de esta semana, se insta a los neoyorquinos a tomar precauciones para mantenerse frescos y seguros. El calor extremo y otros efectos del cambio climático, que incluyen tormentas y contaminación atmosférica más severas, continúan afectando negativamente a las comunidades de Nueva York. En coordinación con la gobernadora Hochul y los socios en el estado, la Ciudad y las comunidades, el DEC se compromete a informar a los neoyorquinos sobre cómo prepararse para las temperaturas extremas y colaborar en el desarrollo de estrategias para abordar las temperaturas extremas. calor hoy y en el futuro".

La presidenta y directora ejecutiva de la Autoridad de Investigación y Desarrollo de Energía del Estado de Nueva York (NYSERDA, por sus siglas en inglés), Doreen M. Harris, expresó: "Todos los neoyorquinos, especialmente aquellos vulnerables al calor extremo, pueden tomar medidas inmediatas y preventivas para mantenerse frescos mientras administran la energía y los costos. Equilibrar los métodos de administración energética más tradicionales, como mantener las cortinas cerradas, se puede hacer de inmediato mientras los propietarios buscan simultáneamente soluciones a largo plazo, como combinar una evaluación de energía gratuita del estado de Nueva York con la mejora de la climatización del hogar y optar por tecnologías de energía limpia".

El comisionado de Parques, Recreación y Preservación Histórica del estado de Nueva York, Erik Kulleseid, manifestó: "Las piscinas, playas y parques recreativos con rociadores de agua de Parques Estatales de Nueva York están listas para recibir a las personas que buscan refrescarse durante este calor extremo. Mientras disfrutan de

nuestras diversas áreas de natación, instamos a todos los visitantes a que tengan en mente la seguridad de ellos mismos y de sus seres queridos".

Preparativos de las agencias

Oficina de Seguridad Nacional y Servicios de Emergencia

El Centro de Operaciones de Emergencia de la Oficina de Seguridad Nacional y Servicios de Emergencia del estado de Nueva York está monitoreando el pronóstico del tiempo con una estrecha vigilancia sobre la sensación térmica esta semana. La DHSES se está comunicando con los administradores de emergencias locales en todo el estado y coordinará cualquier posible respuesta de la agencia estatal para ayudar a los gobiernos locales. Las reservas del estado están equipadas para desplegar recursos, según sea necesario, en las partes afectadas del estado.

Departamento de Conservación Ambiental

El Departamento de Conservación Ambiental informa que el calor del verano puede conducir a la formación de ozono a nivel del suelo. El DEC y el DOH emiten alertas sanitarias de calidad del aire cuando los meteorólogos del DEC pronostican que se espera que los niveles de contaminación, incluidos de ozono o de partículas finas, superen el valor de 100 del índice de calidad del aire (AQI, por sus siglas en inglés), punto en el que las concentraciones en el aire exterior no son saludables para los grupos sensibles. Hay una alerta de ozono vigente para la región metropolitana de la ciudad de Nueva York para mañana, 26 de julio, de 11 a. m. a 11 p. m. Hay más información disponible sobre el pronóstico de la calidad del aire del estado de Nueva York [aquí](#). Para verificar la calidad del aire actual en su ubicación, ingrese a www.airnow.gov.

La gobernadora Hochul ha priorizado abordar los impactos actuales y futuros del calor extremo en el estado y ha ordenado al DEC y la NYSERDA que coordinen los esfuerzos de planificación y respuesta del estado. Más de 20 agencias y autoridades del estado de Nueva York están trabajando de forma conjunta como parte del Grupo de Trabajo del Plan de Acción contra el Calor Extremo con el objetivo de promover estrategias que ayuden a hacer frente al impacto del calor extremo en las comunidades desfavorecidas y otros neoyorquinos vulnerables a los efectos de las temperaturas cada vez más altas por causa del cambio climático. Las recomendaciones provisionales [anunciadas por la gobernadora Hochul el año pasado](#) representaron la primera fase de un plan de acción contra el calor extremo más integral que está en marcha y que identificará las medidas lideradas por el estado para abordar las causas estructurales del calor extremo y su impacto desproporcionado en las comunidades más vulnerables de Nueva York. Como una de las medidas tempranas, se incluyó el calor extremo al Plan Integral de Manejo de Emergencias del Estado de Nueva York para permitir que el Estado se prepare, responda y se recupere adecuadamente de un evento de calor extremo. Un panel asesor comunitario compuesto por representantes de organizaciones comunitarias y gobiernos locales, expertos en la materia y otros grupos de partes interesadas se reúne regularmente para informar sobre el desarrollo del plan, que también incluirá oportunidades para que el público aprenda y aporte a este a través

de eventos de información y periodos de comentarios. Hace poco concluyó una [serie de seminarios web organizados por el DEC y la NYSERDA](#) junto con el Grupo de Trabajo del Plan de Acción contra el Calor Extremo y la Universidad de Buffalo, en los que se incluyeron presentaciones de un panel de expertos en temas relevantes para la planificación estatal y local de eventos de calor extremo. Para obtener más información sobre los efectos del calor extremo, vaya a <https://www.dec.ny.gov/energy/125801.html>.

Departamento de Servicios Públicos (DPS, por sus siglas en inglés)

El DPS está haciendo un seguimiento de las condiciones del sistema eléctrico y supervisando la respuesta de las empresas de servicios públicos a cualquier situación que pueda surgir como resultado del calor extremo de esta semana. Las empresas de servicios públicos de Nueva York tienen aproximadamente 5,500 trabajadores disponibles, en caso de necesitarlos, para participar en los esfuerzos de evaluación de daños, respuesta, reparación y restablecimiento del servicio en todo el estado de Nueva York ante cualquier incidente relacionado con el clima esta semana. El personal de la agencia vigilará el funcionamiento de los servicios públicos durante el evento y se asegurará de que las empresas de servicios públicos envíen el personal adecuado a las regiones que sufran el mayor impacto.

Oficina de Parques, Recreación y Preservación Histórica (OPRHP, por sus siglas en inglés)

Los Parques Estatales de Nueva York tienen instalaciones en todo el estado donde el público puede ir a refrescarse en las piscinas, masas de agua o parques con rociadores de agua. Para ver una lista de las instalaciones de natación disponibles en los Parques Estatales, haga clic [aquí](#).

Consejos de seguridad para altas temperaturas

Para ayudar a los neoyorquinos a mantenerse a salvo durante el calor excesivo, siga la guía descrita a continuación y visite la [página web](#) del DHSES con consejos de seguridad para afrontar el calor.

Prepárese

Es importante tomar precauciones para evitar el agotamiento por calor. Esto incluye ajustar su cronograma para evitar estar al aire libre durante las horas más calientes del día y modificar su alimentación y consumo de agua cuando sea posible. Para ayudar a los neoyorquinos a mantenerse a salvo durante el calor excesivo, siga la guía descrita a continuación y visite la [página web](#) del DHSES con consejos de seguridad para afrontar el calor.

- Reduzca las actividades y los ejercicios pesados, especialmente durante las horas de sol pico.
- Ejercítese temprano a la mañana, antes de las 7 a. m.
- Consuma menos proteínas y más frutas y verduras. Las proteínas producen calor metabólico y lo aumentan, lo que se traduce en pérdida de agua. Consuma

comidas en porciones más pequeñas, pero con mayor frecuencia. No consuma alimentos salados.

- Beba al menos entre 2 y 4 vasos de agua por hora durante los momentos de calor extremo, aun si no tiene sed. Evite las bebidas que contengan alcohol y cafeína.
- De ser posible, permanezca fuera del sol y en lugares con aire acondicionado. El sol calienta la parte interna del cuerpo, lo que puede provocar deshidratación. Si no tiene aire acondicionado, permanezca en el piso más cercano al suelo, fuera del sol directo, o vaya a un edificio público que tenga aire acondicionado.
- Si debe salir, utilice una loción con bloqueador solar con un factor de protección solar mínimo de 15, y un sombrero para proteger el rostro y la cabeza.
- Cuando esté al aire libre, vista ropa suelta, liviana y de colores claros. Cubra tanta piel como sea posible para evitar quemaduras y los efectos de sobrecalentamiento en el cuerpo.
- Nunca deje a niños, mascotas o personas que requieran cuidados especiales en un vehículo estacionado, especialmente durante períodos de calor intenso en el verano. Las temperaturas dentro de un vehículo cerrado pueden llegar rápidamente a más de 140 grados Fahrenheit. La exposición a temperaturas tan elevadas puede ser fatal en cuestión de minutos.
- Intente asegurarse de que sus vecinos se encuentren bien si se produce una ola de calor, especialmente si son personas de edad avanzada o tienen niños pequeños o discapacitados específicos. Asegúrese de que haya suficiente alimento y agua para sus mascotas.
- La exposición prolongada al calor puede ser dañina y potencialmente letal. Llame al 911 si usted o alguien que conoce presenta síntomas o señales de enfermedades debidas al calor, incluidos dolores de cabeza, mareos ligeros, calambres musculares, náuseas o vómitos.

Ahorre electricidad

La NYSERDA recomienda tomar medidas inteligentes para reducir el consumo de energía, en especial durante los períodos de picos de demanda, no solo ayuda a reducir el pico de demanda del estado, sino que también ahorra dinero a los consumidores cuando la electricidad es más cara. Para reducir el uso de energía, especialmente durante los períodos de máxima demanda, se alienta a las personas a que apliquen algunas de las siguientes medidas de ahorro de energía, las cuales son de bajo costo o sin costo:

- Cierre las cortinas, ventanas y puertas en el lado de su casa que dé al sol para reducir la acumulación de calor solar.
- Apague los equipos de aire acondicionado, luces y otros aparatos cuando no esté en casa, y utilice un temporizador para encender los equipos de aire acondicionado aproximadamente media hora antes de volver a casa. Utilizar zapatillas eléctricas avanzadas para apagar de una sola vez todos los electrodomésticos de su hogar y ahorrar energía.

- Los ventiladores pueden hacer que las habitaciones se sientan 10 grados más frescas y consumen 80% menos de energía que los equipos de aire acondicionado.
- Si va a comprar un equipo de aire acondicionado, asegúrese de que esté certificado con la norma ENERGY STAR, que utilizan hasta un 25% menos de energía que los modelos estándares.
- Fije la temperatura de su equipo de aire acondicionado en 78 °F o más para reducir sus costos de electricidad.
- Instale su equipo de aire acondicionado en una ventana central, no en una lateral, para permitir una mejor circulación del aire.
- Considere instalar la unidad hacia el norte, el este o en la zona de su hogar que reciba la mayor cantidad de sombra. Si el equipo de aire acondicionado está expuesto a la luz solar directa, deberá trabajar más y utilizará más energía.
- Selle los espacios alrededor del equipo de aire acondicionado con masilla para evitar que el aire frío se escape.
- Limpie los ventiladores de refrigeración y del condensador, junto con las serpentinas, para garantizar el funcionamiento correcto de su equipo de aire acondicionado, y revise el filtro todos los meses para reemplazarlo si se necesita.
- Utilice electrodomésticos tales como máquinas lavarropas, secarropas, lavavajillas y hornos temprano por la mañana o tarde en la noche. Esto también lo ayudará a reducir el índice de humedad y calor en su hogar.
- Utilice bombillas eléctricas eficientes y certificadas con la norma ENERGY STAR en lugar de bombillas incandescentes, con lo que ahorrará un 75% de energía.
- Cuando sea posible, utilice el horno de microondas para cocinar. Los hornos de microondas utilizan aproximadamente 50% menos de energía que los hornos convencionales.
- Cuelgue la ropa en un tendedero para secarla. Si va a utilizar un secarropas, recuerde limpiar el filtro para pelusa antes de cada carga.
- Intente llevar un control de las diferentes maneras en las que utiliza el agua en su hogar. En vez de utilizar de 30 a 40 galones de agua para bañarse, instale una ducha de flujo reducido, con la cual consumirá 3 galones menos de agua por minuto.
- Reduzca el ajuste de temperatura en su lavadora y enjuague con agua fría para reducir el consumo de energía.
- Puede encontrar más consejos sobre cómo preservar la energía en el sitio web de la NYSERDA [aquí](#).

Seguridad en el agua

- **Supervisión de adultos.** Esta es la forma número uno de prevenir ahogamientos. Nunca deje a los niños desatendidos en el agua o cerca de ella, y designe siempre a un Vigilante. Esta persona no debe estar leyendo, enviando

mensajes de texto, usando un teléfono inteligente, bebiendo bebidas alcohólicas ni distrayéndose de otra manera.

- **Elija colores brillantes.** Los estudios demuestran que el color del traje de baño puede marcar la diferencia en cuanto a la visibilidad. Considere el color del traje de baño de su hijo antes de ir a una piscina, playa o lago. Para piscinas de fondo claro, el rosa neón y el naranja neón tienden a ser los más visibles. Para lagos y piscinas de fondo oscuro, el naranja neón, el verde neón y el amarillo neón tienden a ser los más visibles.
- **Identifique a los bañistas que necesitan ayuda.** Si bien tendemos a pensar que los bañistas en problemas agitarán las manos y harán mucho ruido, es posible que no siempre sea así. Tenga cuidado con las personas cuya cabeza está baja en el agua (boca sumergida) o inclinada hacia atrás con la boca abierta, los ojos cerrados o imposibilitados para enfocarse, las piernas verticales en el agua, o que intentan nadar pero no avanzan.
- **Clases de natación.** Diversos estudios indican que las clases de natación previenen los ahogamientos. Aprenda a nadar y enséñale a su hijo a nadar.

Consejos de seguridad en aguas abiertas

- **Use chalecos salvavidas.** Ponga chalecos salvavidas a los niños cada vez que estén en una embarcación o participando en otras actividades recreativas en aguas abiertas. Los niños que no saben nadar siempre deben usar dispositivos de flotación personal. La ley del estado de Nueva York exige que los niños menores de 12 años usen un chaleco salvavidas aprobado por la Guardia Costera en un bote o embarcación. Para obtener más información sobre los chalecos salvavidas adecuados, visite el [sitio de la Guardia Costera de los Estados Unidos](#).
- **Elija un lugar en la playa cerca de un salvavidas** y solo nade cuando haya un salvavidas en servicio.
- **Esté atento a las banderas de advertencia** y conozca lo que significan. Las banderas verdes generalmente marcan las áreas designadas para nadar; asegúrese de nadar entre las banderas verdes. Las banderas amarillas pueden indicar una playa con oleaje fuerte o una alerta. Las banderas rojas indican peligro, y nadie debe nadar cuando con esta bandera. Las designaciones de las banderas pueden variar, así que asegúrese de comprender el código de colores antes de ir a nadar.
- **Tenga cuidado con las corrientes de resaca.** Las corrientes de resaca son poderosas corrientes que retroceden desde la costa. Tienden a formarse cerca de un punto poco profundo en el agua, como un banco de arena, o cerca de embarcaderos y muelles, y pueden ocurrir en cualquier playa con olas rompientes, ¡incluidos los Grandes Lagos. Son el peligro número uno para los bañistas y pueden arrastrar al mar incluso a los nadadores más fuertes. Si está atrapado en una corriente de resaca, trate de mantener la calma y no luche contra ella. Nade paralelo a la orilla hasta que esté fuera de la corriente y flote o camine en el agua si comienza a cansarse. Encontrará más información del Servicio Meteorológico Nacional en [Break the Grip of the Rip](#)

- **Tenga cuidado con las olas grandes y el oleaje fuerte.** Nadar en el océano es diferente a nadar en una piscina o lago tranquilo. Las olas grandes pueden derribar fácilmente a un adulto. Esté preparado para olas fuertes y desniveles repentinos cerca de la orilla.

Consejos de seguridad en la piscina

- **Instale cercos.** Instale cercos de seguridad apropiados alrededor de piscinas y jacuzzis en el hogar. Esto incluye cercas, portones, alarmas de puertas y cubiertas.
- **Alarmas para piscina.** Instale una alarma para piscina para detectar y notificar si alguien accede al área de la piscina cuando esta no está siendo vigilada.
- **Piscinas pequeñas.** Vacíe y guarde las piscinas portátiles más pequeñas cuando no estén en uso.
- **Cubra los desagües.** Mantenga a los niños alejados de los desagües, tuberías y otras aberturas de la piscina para evitar que se atasquen. El cabello, las extremidades, las alhajas o los trajes de baño de los niños pueden atascarse en una abertura de drenaje o succión. Además, asegúrese de que cualquier piscina y jacuzzi que use tenga tapas de desagüe que cumplan con las normas federales de seguridad, que incluyen la forma del desagüe, el tamaño de la tapa del desagüe y la velocidad del flujo de agua. Obtenga más información [aquí](#).

Para ver una lista de las instalaciones de natación disponibles en los Parques Estatales, haga clic [aquí](#).

###

Más noticias disponibles en www.governor.ny.gov
Estado de Nueva York | Cámara Ejecutiva | press.office@exec.ny.gov | 518.474.8418